



TITLE:

The Effects of Coaching on Salivary Cortisol Stress Marker in Mothers with Young Children, A Randomized Controlled Trial(Abstract_要旨)

AUTHOR(S):

Ohashi, Junko

CITATION:

Ohashi, Junko. The Effects of Coaching on Salivary Cortisol Stress Marker in Mothers with Young Children, A Randomized Controlled Trial. 京都大学, 2015, 博士(人間健康科学)

ISSUE DATE:

2015-03-23

URL:

<https://doi.org/10.14989/doctor.k18908>

RIGHT:

許諾条件により本文は2015/06/30に公開

京都大学	博士（人間健康科学）	氏 名	大 橋 純 子
論文題目	The Effects of Coaching on Salivary Cortisol Stress Marker in Mothers with Young Children, A Randomized Controlled Trial（乳幼児を養育する母親に対するコーチングがストレスマーカー、唾液コルチゾールに及ぼす効果:無作為化比較試験）		
（論文内容の要旨）			
<p>【目的】 本研究の目的は、乳幼児を養育する母親を対象に、コーチングプログラムが客観的・主観的ストレスの軽減に効果があるかを検証することである。</p> <p>【方法】 1)研究デザイン：デザインは無作為化比較試験である。アウトカム測定は、介入群及びコントロール群について 3 ヶ月間のコーチングプログラムの介入前とプログラム終了直後に、また介入群については、プログラム終了 1 ヶ月後に客観的及び主観的指標を測定した。メインアウトカムは唾液コルチゾール、セカンドアウトカムは Profile of Mood States（以下 POMS）、Emotional Intelligence（以下 EI）である。 2)時期及び対象：研究は 2013 年 6 月から 2014 年 3 月に行った。対象は、3 ヶ月から 6 歳までの児を養育する日本人母親で、A 市の住民基本台帳から無作為に抽出した 1,500 名である。対象の母親に基本属性等を把握する質問紙を郵送し、1,012 名から有効な回答を得た。そのうち EI のトータルスコアが中央値以下かつ介入研究への同意が得られた母親 74 名を本研究の対象とした。 3)ランダム化：方法は 74 名に付番を行い、研究に参加しないアシスタントがコンピュータアルゴリズムを用いて介入群 38 名、コントロール群 36 名に割付けた。 4)介入方法：介入群は、3 ヶ月間に 1 回 2 時間、5 回の集団コーチングプログラムを受けた。プログラム受講中は、子供を託児ボランティアが預かった。コントロール群は、研究終了後に同様のプログラムを受けた。本研究は、Consolidated Standards of Reporting Trials (CONSORT)に従って行われた。 5)コーチングプログラム：コーチングプログラムの内容は、トランスセオレティカルモデル、社会的認知理論、ストレスとコーピングのトランスアクションモデルに基づき構成され、ストレス認知を改善し、ストレスに対する自己コントロールを強める内容で構成した。コーチングは、コーチングコーチの資格を有する保健師が行った。 6)データの収集：唾液コルチゾールの採取は、採取方法を統一するために、採取前に説明会で母親らに採取の仕方について説明書を用いて説明を行った。唾液の採取は 1 日 4 回決まった時間に母親が自宅で行い、採取後すぐに冷凍保存を行った。その後研究に参加しないアシスタントが自宅で唾液の回収を行い、遠心分離後外部の検査機関で分析を行った。 7)分析方法：群内比較は paired t-test、群間比較は two-sample t-test を行った。</p> <p>【結果】 1) 介入群において、唾液コルチゾール、EI トータルスコア及び下位因子、POMS トータルスコア及び下位因子は、教室終了直後の値が、介入前と比較として、有意に低下した。また、唾液コルチゾール値の低下は、フォローアップ 1 ヶ月後まで持続した。 2)介入後の唾液コルチゾール、EI トータルスコア及び下位因子は、介入群がコントロール群と比較して有意に低かった。</p> <p>【結論】 本研究で用いたコーチングプログラムは、乳幼児を養育する母親において客観的及び主観的なストレス指標の改善に効果があることが示唆された。</p>			

<p>（論文審査の結果の要旨）</p> <p>本論文は、乳幼児を養育する母親を対象に、コーチングプログラムの介入を行い、ストレス軽減の効果について、客観的指標および主観的指標による検証を行ったものである。</p> <p>申請者は博士前期(修士)課程からの継続したテーマで研究に取り組んでおり、問題意識が明確で適切な課題設定となっている。研究内容としては、母親の育児ストレスの改善に、汎用性が高く広く普及できるスキルであるコーチングを用いて、ストレス認知と関連する情動知能を改善し自己コントロールカを高めることの有効性を示している。</p> <p>本研究はその新規性ととともに、地域看護学分野においてエビデンスのある育児ストレス改善プログラムの内容を明らかにしている。育児ストレスと関連する乳幼児虐待件数が増加している社会的な課題に対し、環境要因以外の支援方法の解明に貢献し、母親と子供の健康増進に寄与するところが多いと考えられる。</p> <p>掲載論文においては、先行研究が十分に探索され、調査・分析方法についても明確に記載され、結果の記述も詳細かつ適正にまとめられている。また、適切な文献引用により意義深い考察がなされており、論理展開が一貫した学術論文として整ったものである。</p> <p>研究発表ならびに口頭試問においても、申請者は研究内容に関し適切な解説と応答を行い、その学識を十分に評価することができた。</p> <p>したがって、本論文は博士(人間健康科学)の学位論文として価値あるものと認める。</p> <p>なお、本学位授与申請者は、平成27年1月30日実施の論文内容とそれに関連した試問を受け、合格と認められたものである。</p>
